

Станковская Е.Б., аспирант Государственного университета –
Высшей школы экономики

Специфика современного отношения женщины к себе в аспекте телесности

В современном мире женское тело становится особым фокусом внимания культуры, что на уровне индивидуального сознания отражается в высокой значимости и актуальности проблематики *отношения к себе в аспекте телесности*. В статье мы рассмотрим некоторые существенные черты и типичные противоречия, присущие данному отношению.

Современность открывает широкие возможности для построения индивидуального отношения к телу. Пожалуй, впервые женщине не просто предоставляется значительная свобода, но ее призывают занять личностную позицию в этом вопросе. Вариативность доступных социальных ролей, отказ от традиционных телесных практик, открытость прошлому и наследию Востока, распространение тенденций индивидуализма закономерным образом порождают *разнообразие форм* обсуждаемого отношения. Так, в пространстве современности сосуществуют идеалы «гламурной» и «незаметной» телесности, религиозные каноны и получающие признание интегративные подходы.

Одним из ключевых феноменов, характеризующих современное отношение женщины к своему телу, является его «*дестабилизация*» (body destabilization, термин S. Orbach), проявляющаяся в озабоченности, сосредоточенности и тревоге по поводу своего физического бытия. Речь идет о том, что глубинный контакт с телом нарушается, на уровне сознания оно изымается из чувственной связи с жизнью и «перемещается», в первую очередь, в мир социальных взаимодействий. Это вызвано двумя взаимосвязанными тенденциями: доминированием *объективирующего дискурса* и распространением *понимания тела как индивидуального проекта личности*. Рассмотрим каждую из них более подробно.

На индивидуальном уровне восприятие тела в качестве объекта проявляется в виде *отчуждения*. Его суть заключается в *установлении мысленной дистанции, снижении чувствительности и возможности понимать собственную телесность, в искажении ее образа*. Выражаясь иначе, снижается способность переживать «единство телесной и духовной тканей» [2, с. 412]. Собственное тело не осознается женщиной в категориях «Я», «являющееся мной», а становится *чужеродным, иным*. Подобную картину хорошо иллюстрируют слова К. П. Эстес. «Мы привыкли считать тело чем-то отдельным, что делает свое дело без нас и, если «правильно» с ним обращаться, обеспечивает нам «хорошее самочувствие». Многие обращаются с телом так, будто оно раб, или даже могут обращаться с ним хорошо, но требуют, чтобы оно по-рабски выполняло их желания и прихоти» [4, с. 204].

Кроме того, отмечается излишняя опосредованность представлениями и социальными нормами (Леви Т.С., Никитин В. Н., Тхостов А.Ш.). Это приводит к тому, что тело в большей степени мыслится, а не проживается – страдает способность личности устанавливать с собой отношения. Женщина становится более уязвимой для внешних воздействий, что активно используется и укрепляется современной культурой потребления. Оппозиция телесного и душевного приводит к *нецелостному восприятию себя*, дисгармоничному личностному развитию. Наиболее остро связанные с этим противоречия проступают в пищевом и сексуальном поведении, в занятиях физическим самосовершенствованием, в текстах обращения ко врачам и к пластическим хирургам.

На базе объективирующего дискурса в современности формируется новый феномен. Женщина начинает относиться к своему телу как к *индивидуальному проекту*, показывающему результаты её упорного труда и бдительности, или, напротив, означающему её провал и неудачу. Как следствие, телесность как таковая становится фокусом внимания в жизни

субъекта, а эмоциональный пласт отношения обогащается особым стыдом и тревогой.

Описанное явление неоднозначно. С одной стороны, оно может быть понято как закономерный ответ на изменение устройства общества. Нарастающая гиподинамия, ухудшение экологической обстановки требуют от человека особых усилий по заботе о своем физическом состоянии. С другой стороны, налицо экономические и политические причины подобной озабоченности телесной сферой. В настоящее время существуют крупные индустрии, чья прибыль напрямую зависит от того, насколько внимательной и «бдительной» будет женщина по отношению к себе. Политический фактор присутствует в завуалированной форме: контроль делегируется личности, и власть над ней осуществляется через самонормирование. Субъекту предлагается направить свою творческую энергию на преобразование телесной сферы.

Оборотной стороной, психологической выгодой для женщины становится получение власти над другими (женщинами и мужчинами) путем приобретения конкурентоспособной, соответствующей стандартам внешности. Кроме того, данное явление может быть осмыслено в качестве отклика на неопределенность и непредсказуемость современной жизни. Как отмечает К.-П. Эстес, «с точки зрения архетипа, ... некоторые мании, связанные с переделкой тела, начинают бурно распространяться именно тогда, когда внутренний мир или окружающий мир кажется настолько неуправляемым, что человеку остается управлять единственной оставшейся у него мелкой собственностью – собственным телом» [4, с. 469].

Итак, в настоящее время *забота о теле становится новым фокусом внимания в жизни женщины*. В первую очередь, ей вменяется ответственность за свой внешний вид, который становится показателем *успешности личности, её принадлежности к современному миру, а также*

маркирует её место среди других женщин. Это приводит к искажению отношения к телу, к чрезмерной озабоченности собственной внешностью.

Можно констатировать *поверхностный и оценочный характер восприятия* телесной сферы. Выстраивая индивидуальное отношение, женщина во многом ориентируется не на ощущения, а на свои представления, нереалистичные идеалы, жесткие социальные стандарты, выработанные культурой, и информацию, получаемую от врачей и из средств массовой информации. В эмоциональном плане такой стиль восприятия порождает *недовольство, особый стыд, тревогу, чувство личной несостоятельности и вины.*

Если опираться на количественный критерий нормы, то придется признать, что недовольство собственным телом – это нормальная характеристика современного отношения к себе. Большинство женщин испытывает неудовлетворенность своей телесной сферой в целом или отдельными ее аспектами (S. Orbach, N. Wolf, Харланова Л.В.). Его масштаб может быть разным: от легкого недовольства до выраженных страданий, толкающих женщину на радикальные изменения (пластические операции, значительную потерю веса и т.п.). В любом случае, речь идет об отчуждении и дефиците принятия себя.

Описанный феномен является многогранным и имеет комплексную природу. Недовольство собственным телом выступает способом манифестации психологического неблагополучия женщины. С одной стороны, почва для этого подготавливается глубинной ролью тела в формировании личности, в частности, гендерной идентичности. Учитывая исключительную значимость телесности для построения гендерной идентичности, подобный эмоциональный тон может быть рассмотрен как маркер трудностей, возникающих на этом пути. С другой стороны, особый вклад вносят культурные тенденции. В современности внешность становится социально приемлемой «мишенью» для упреков – общественно признанной формой выражения внутреннего неблагополучия. Вероятно,

существует обратная зависимость между прочностью контакта с собственным телом и степенью неудовлетворенности им. Можно предположить, что в случае, когда связь с телесностью является недостаточно надежной, женщина становится особенно чувствительной ко взгляду Другого, так как при построении индивидуального отношения обращается, в первую очередь, ко внешним образцам. Она в значительной степени ориентируется на идеал совершенного тела, а также на транслируемое культурой пренебрежение телом реальным, благодаря чему начинает воспринимать себя чрезмерно критически и испытывать недовольство.

Отношение к телу как к *индивидуальному проекту личности* приводит к появлению нового феномена – *особого телесного стыда*. Это чувство отличается от стыда религиозного, связанного с идеей о греховности плоти. Средневековый стыд означал изначальную греховность женщины, уличал ее в первородном грехе, сообщал нечто о ее природе. В современной форме стыда женщина проступает *как личность*; он маркирует, что о личности стало известно нечто недопустимое, неприятное. В настоящее время речь идет в большей степени о социальном поражении, о неспособности женщины отвечать современным стандартам самоконтроля и канонам совершенного тела.

В своей глубине тело таит нечто, не подвластное женщине, порождающее *тревогу*. Отчуждение усиливает это чувство, а требование полностью управлять собой приводит к появлению *страха утратить контроль*. В подобной ситуации у личности увеличивается потребность в поддержке извне, что, в крайних случаях, может приводить к зависимости от сопровождения экспертов (врачей, спортивных тренеров, консультантов по питанию и т.п.).

Таким образом, в настоящее время в ткани *отношения женщины к своему телу* сплетаются феномены отчуждения и нагруженности социальными смыслами. Ярким примером такого соединения выступает

идеал «гламура». Тело становится фетишем, его проявления нормируются и наделяются огромной ценностью. Предполагается, что «природное» тело несовершенно и нуждается в трансформации и в контроле. Оно становится одной из форм работы личности, показателем успешности и социального благополучия. Выделяется четкий визуальный образ, отражающий представления о совершенстве.

Можно отметить две особенности этого идеала. Во-первых, обращает на себя внимание его нереалистичность. За этим образом «читается» значительное количество процедур и вложенных сил. Во-вторых, речь идет о застывшем теле, теле-картинке, пребывающем под взглядом Другого и словно специально для этого взгляда созданном. Значимым объявляется, в первую очередь, то, как женщина выглядит. Вопросы здоровья и физических возможностей организма как бы изымаются из пространства восприятия. Как показала проведенная нами культурно-историческая реконструкция, традиция относиться к телу как к чему-то статичному, застывшему, усмирному глубоко коренится в европейской культуре (достаточно вспомнить средневековые иконы). Однако в современном мире она приобретает новое звучание, связанное с идеями демонстрации и оценивания тела.

Вот как описывает этот идеал и своё отношение к нему героиня Ив Энцлер: «Улыбающаяся блондинка с обложки «Космополитена». У нее высокая грудь и плоский «по изюминке в день» живот. Она – американская мечта и мой личный ночной кошмар. Закачанная прямиком с печатного станка в кровеносную систему нашей культуры, нашего невроза. Я всосала ее с молоком матери, так что и не подозревала, что заражена ею. Я просто хочу быть такой же. Хочу быть Барби» [3, с. 17]. Женщина, разделяющая подобные представления, отдаляется от себя, блокируется ее способность проживать собственную уникальность. Тело становится для нее объектом, за который она полностью ответственна. Личность включается в непрерывный процесс контроля и физического совершенствования. При

этом она не может быть в достаточной степени уверена в своей внешности и довольна ею, так как культура выделяет все новые области, нуждающиеся в изменении. Тревога и обеспокоенность по поводу своей телесной сферы становятся постоянным аккомпанементом жизни и усиливаются по мере старения, так как реализующая данную модель женщина ценит только молодое тело и воспринимая неизбежное старение негативно.

Акцент на образе «совершенного тела» оборачивается тем, что при построении отношения к собственному телу женщина ориентируется на соответствие этому стандарту. Расхождение между реальным и предлагаемым культурой канон может восприниматься женщиной в категориях физических «недостатков» (порождает недовольство собой) и личного «неуспеха» (провоцирует чувство вины). В то же время, можно выделить ряд ценностей, заложенных в идеале «гламура»: идею о личной ответственности, понимание тела как выражения индивидуальности женщины, идеал активного преобразования себя, самосовершенствования.

Одновременно в культуре появляются формы индивидуального отношения, преодолевающие объективирующий дискурс и основанные на целостной картине человека. Женщина, воплощающая данную модель, осознает единство души и тела, ценит и развивает свое *живое, чувствующее тело*. Телесная сфера воспринимается ею как органичная часть «Я», и при построении индивидуального отношения она в большей степени опирается на свой опыт, а не на внешние образцы и известные нормы.

Современная культура порождает в индивидуальном сознании женщины целый ряд *противоречий*, связанных с восприятием собственного тела.

В первую очередь, речь идет об опасности самоотчуждения и нарушения целостного, гармоничного развития. «Отношение к телу как к объекту есть способ не чувствовать себя, не осознавать свои истинные

потребности и стремления, а значит жить чужим умом, быть в большей степени управляемым извне, легко поддаваться внешним влияниям. Данное положение имеет огромное значение для личностного развития человека: отношение к собственному телу как объекту тормозит развитие самоидентичности» [2, с. 412]. Доминирующие в культуре представления о совершенном теле игнорируют разнообразие женской телесности, затрудняя, тем самым, становление гармоничного самоотношения и порождая недовольство собой.

Обеднение жизненных взаимосвязей тела может приводить к формированию искаженного отношения к нему. Так, статус «сверхценности» могут обретать красота, которая в современной культуре понимается узко; худоба; молодость; сексапильность. Это усиливает тенденцию к дистанцированию от собственной телесной сферы и тревогу. Излишняя опосредованность отношения нормами и социальными представлениями мешает женщине оставаться в живом контакте с телом, наслаждаться и доверять ему. Помимо этого, в сознании женщины могут проступать конфликты между требованиями, предъявляемыми современным обществом, и наследием других эпох (например, противоречие между стремлением к сексуальной раскрепощенности и восприятием греховности этого).

Анализируя специфику современных форм отношения женщины к себе в аспекте телесности в параметрах *витального, душевно-психического и культурного измерений*, хочется отметить следующее.

В настоящее время наблюдается тенденция к подмене реального тела мысленным конструктом. Из живого, чувствующего, оно превращается в представление. Таким образом, в современном дискурсе акцент смещается в сторону культурного и отчасти душевно-психического измерения телесности, биологическая сущность, связанность тела с природой «забывается». Тело превращается в проект, который может в большей или в меньшей степени соответствовать социальным критериям и нормативам.

Человек «назначается» творцом и «менеджером» собственного физического облика. При этом предполагается, что личность может и должна бесконечно преобразовывать, улучшать своё тело в соответствии со своими желаниями и социокультурными стандартами. Другими словами, она должна реализовывать идеалы активного действия, индивидуальной ответственности и контроля.

Трудность заключается в том, что тело во много не подвластно человеку, оно не только дано, но и задано, не только оно принадлежит человеку, но и человек принадлежит ему. Наука и техника действительно достигли впечатляющих результатов в деле «высвобождения» из-под гнёта анатомии и физиологии. Успехи медицины (создание искусственных органов, лекарств) наглядно это демонстрируют. Современные технологии позволяют нам значительно влиять на физиологические процессы, но они не в силах отменить две данности: подверженность болезням и, в конечном счёте, смертность человека. В биологическом измерении мы не свободны, мы не только воплощены, но и ограничены. Поэтому требования полностью контролировать себя, свою жизнь невыполнимы и оборачиваются усилением тревоги (в «хоре» этой тревоги отчетливо различим голос страха утратить контроль).

О пренебрежении биологической сущностью, организмом, «телом как телом» (термин S. Orbach) свидетельствуют разнообразные факты. С одной стороны, это последовательная индустриализация, разрушение естественной среды обитания человека, ухудшения качества воздуха, воды, пищи, нарастающая гиподинамия, широкое распространение употребления наркотиков, алкоголя и курения (Быховская, «Культурология»; Фопель). С другой – социокультурные образцы обхождения и восприятия тела, в том числе эстетические каноны. Идеалы красоты отдалены (если не сказать, что отделены) от биологической целесообразности. Эстетически ценным признается не здоровое, полное жизни женское тело, а худое, молодое; не умелое, пластичное, а застывшее, тело-картина. Между «красивым» и

реально существующим – пропасть, непреодолимая бездна, которую женщине предлагается преодолеть с помощью новейших достижений медицины, диететики.

Подводя итог, отметим следующее. В современности наблюдается *разнообразие форм индивидуального отношения женщины к своему телу*. Телесная сфера не только сохраняет свою значимость в жизни личности, но и становится *особым фокусом внимания*, выражением ее уникальности. Зачастую интерес к собственному телесному бытию оборачивается *озабоченностью и недовольством*. Эти явления тесно связаны с влиянием объективирующего дискурса, выражающемся в феноменах *отчуждения и восприятия собственного тела как проекта*, демонстрирующего успех или неуспех женщины. Наиболее полно и последовательно объективирующий дискурс реализуется в идеале «*гламура*». Эмоциональный план отношения женщины, разделяющей данную модель, наполнен *тревогой, особым стыдом, чувством вины, страхом утраты контроля над собой*. Высокой субъективной значимостью для нее обладает, в первую очередь, *собственная внешность* и та *оценка*, которую ей дает Другой. Одновременно в культуре появляются женщины, мыслящие телесное бытие как органичную часть себя и преодолевающие, таким образом, отношение к телу как к объекту. Одним из важных достижений современности является установка на активное самосозидание и принятие личной ответственности за качество своего тела и жизни.

Литература:

1. Леви Т.С. Психология телесности в ракурсе личностного развития. // Психология телесности между душой и телом. – М.: АСТ, 2007.
2. Энцлер И. Отличное тело. - М.: Гаятри, 2007.
3. Эстес К. П. Бегущая с волками. Женский архетип в мифах и сказаниях. – М.: Издательский дом «София», 2006.
4. Orbach S. Bodies. Profile books, 2009.